பகவத் பாதை

BAGAVATH PATHAI

தமிழ் மாத இதழ்

மலர் 4 | இதழ் 11 | ஜனவரி 10, 2018 | வருடச்சந்தா ரூ 100/- Volume : 4 | Issue 11 | January 10th, 2018 | Annual Subscription Rs. 100/-



எதிர்மறை உணர்ச்சிகளை வெல்வது எவ்வாறு?



பகவத் பாதை

தமிழ் மாத இதழ்

“ பலவற்றையும் கூறுவது மனம். அவற்றுள் ஒன்றை தேர்ந்தெடுப்பது புத்தி. தேர்ந்தெடுக்கப்பட்ட செயலுக்கான ஆற்றலை வழங்குவது சித்தம். எதிர்மறை உணர்ச்சிகளான பயம் மற்றும் கோபம் ஆகியவை ஒரு சூழ்நிலையில் ஏற்படும் போது இவை இயற்கையானவை என புத்தி முடிவு செய்யும்போது அதனை ஏற்றுக்கொள்ளும் ஆற்றலை நமது சித்தம் வழங்க ஆரம்பித்து விடுகிறது. நாம் நமது அகத்தை ஏற்றுக்கொள்ளும்போது, எதிர்மறையாக செயல்பட்டுக் கொண்டிருந்த மனமும் கூட நேர்மறைச் செயலுக்கு மாறிவிடுகிறது.

– ஸ்ரீ பகவத்

உள்ளே

கூடுதல் தகவல்களைப் பெற விரும்புகிறீர்களா?
அல்லது பாதையை நண்பர்களுக்கு
அனுப்ப விரும்புகிறீர்களா?



Sri Bagavath Mission

31, Ramalingasamy Street, Ammapet,
Salem - 636 003. Tamilnadu India

V.A.P. SHARAVANAN - 99942 05880
Dr. N. KAILASAM - 94432 90559
K.S. JEEVAMANI - 97891 65555

www. pravaagam.org www.sribagavath.org
E-mail : sribagavathmission@gmail.com

This book Designed by

SRI ESPARI GRAPHICS, Salem-3.
Cell : 90926 46260, 98651 34075



Special Satsang on Enlightenment in English by

Sribagavath

at

Ramana Towers, Tiruvannamalai.

for **Four Days**

from 2018 January 20th to 23rd.

Daily 10 a.m. to 12 noon.

Entry Free All are Welcome

9944215677 | 9789165555 | 9994205880

Web : www.pravaagam.org www.sribagavath.org


- ஸ்ரீ பகவத்

எதிர்மறை உணர்ச்சிகளை வெல்வது எவ்வாறு?
(Negative Emotions)

ஹேங் அவுட் (Hang outs) நிகழ்ச்சியொன்றில் "நமக்குள் எதிர்மறைச்சக்தி - Negative Energy உருவாகாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்" என்ற கருத்தொன்றைக் கூறியிருந்தேன்.

"அதற்காக நாம் அகத்தில் முயல வேண்டுமா?" என ஓர் அம்மையார் கேட்டிருந்தார்.

அக மகிழ்ச்சிக்காக நாம் புறத்தில் முயலலாம். தவறில்லை. அந்த முயற்சியை அகத்தில்தான் செய்யக்கூடாது.

அப்படியென்றால்?

நண்பர்களைச் சந்தித்தால் மகிழ்ச்சியாக இருக்கும் என எண்ணி நண்பர்களைச் சந்திக்கச் செல்லலாம். இதுதான் அகத்தின் மகிழ்ச்சிக்காகப் புறத்தில் முயலுவது.

எனக்கு ஒரு சூழ்நிலையில் மன அமைதி ஏற்படுகிறது. அந்த அமைதியைக் கலைந்துவிடாமல் பார்த்துக் கொள்ள நான் ஏதாவது முயன்றால் அது அக முயற்சியாகும்.

நமது மன உணர்ச்சிகள் மகிழ்ச்சியை வெளிப்படுத்தலாம் அல்லது அமைதியை வெளிப்படுத்தலாம். அப்படி வெளிப்பட்ட உணர்ச்சிகள் சம்பந்தமாக நாம் எந்த முயற்சியிலும் ஈடுபடக்கூடாது. அவற்றை அதன் போக்கில் விட்டுவிட வேண்டும்.

வானில் பறக்கும் பறவையை வீட்டுக்குள் கூப்பிடலாம். தவறில்லை. ஆனால் வீட்டுக்குள் வந்த பறவையை அடைத்துச் சிறைப்படுத்த நினைக்கக்கூடாது.

Negative Energy உருவாகாமல் பார்த்துக் கொள்வது என்றால் என்ன?

இங்கு நாம் நமது மன இயக்கத்தை மீண்டும் ஒரு முறை ஆய்வுக்கு எடுத்திட வேண்டியவர்களாக இருக்கிறோம்.

மனம், புத்தி, சித்தம் என்றால் என்ன என்ற வகையில் மனதின் செயல்பாடுகளை மீண்டும் ஒருமுறை ஆய்வுக்கு எடுக்கப்போகிறோம்.

பலவற்றையும் கூறுவது மனம். அவற்றுள் ஒன்றைத் தேர்ந்தெடுப்பது புத்தி. தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டதற்கான செயலை உருவாக்குவது சித்தம்.

நாம் ஓர் அரசு ஊழியராக இருப்பதாக வைத்துக்கொள்வோம். ஏதோ ஒரு பண்டிகையோடு சனி, ஞாயிறும் சேர்ந்து நான்கு நாட்கள் விடுமுறை கிடைக்கிறது. இந்த விடுமுறையில் நாம் என்ன செய்யலாம்?

இங்கு ஆலோசனை கூற வருவதுதான் நம்முடைய மனது.

"கோடை காலமாக இருக்கிறது. நாலு நாள் விடுமுறையில் ஊட்டிக்குச் சென்று தங்கி வரலாம்."

நம்முடைய மனது இவ்வாறு கூறுகிறது.

ஒரே ஒரு ஆலோசனையை மட்டும் கூறினால் அது மனதல்ல. அதுவும் புத்தியாகிவிடுகிறது.

அது வேறு ஆலோசனைகளையும் வழங்குகிறது.

"வெகு நாட்களாகி விட்டது, கிராமத்திலுள்ள வீட்டையும் அங்கிருக்கும் நமது உறவினர்களையும் பார்த்து வரலாம்."

"பல ஊர்களுக்கும் சென்று நாலைந்து கோவில்களைத் தரிசனம் செய்து வரலாம்."

"தங்கியிருக்கும் வீட்டைச் சரியாக ரிப்பேர் பார்க்காமலிருந்திருக்கிறேன். அதை இந்த லீவில் ரிப்பேர் பார்த்து முடித்து விடலாம்."

- இப்படி நம் மனம் பலவிதான ஆலோசனைகளை வழங்குகிறது.

ஒன்றைச் செயல்படுத்தினால் மற்றவற்றைச் செயல்படுத்த முடியாது. இவற்றுள் ஏதோ ஒன்றைத்தான் தேர்ந்தெடுத்தாக வேண்டும்.

அவற்றுள் ஏதாவது ஒன்றைத் தேர்ந்தெடுப்பதுதான் புத்தி.

சித்தம் என்றால் என்ன?

இதுதான் நமது இயல்பு. இதுதான் நமது அடிமனது.

ஆனால் இது மனம், புத்தியைப் போல் நமக்குத் தெரியும்படி நேரடியாகச் செயல்படாது. நமக்குத் தெரியாமல் மறைமுகமாகவே இது செயல்படும்.

அதென்ன மறைமுகச் செயல்பாடு?

சங்கத் தமிழ் இலக்கியங்களில் இரட்டைப் புலவர்களின் வெண்பாக்கள் இடம் பெற்றிருப்பதை நாம்

பார்த்திருப்போம்.

அந்த இரட்டைப் புலவர்களின் வாழ்க்கை முறை ஓரளவு இப்படிதான் இருக்கும்.

அவர்களுள் ஒருவருக்குக் கண் தெரியாது. ஆனால் திடகாத்திரமானவர். கண் பார்வையுள்ள அடுத்த புலவர் முடம். கால்களினால் நடக்க முடியாது.

நடக்க முடியாத புலவரைப் பார்வையற்றவர் தூக்கிச் செல்வார். தோளில் அமர்ந்திருக்கும் புலவர், நடந்து செல்பவருக்குப் பாதை காட்டுவார்.

இப்படி அவர்களது பயணம் தொடரும்.

பார்வையற்ற புலவரைப் போன்று ஆற்றல் நிரம்பியதுதான் சித்தம்.

சித்தத்தின் செயல்பாடு எவ்வாறு இருக்கும்?

உதாரணமாக,

நாம் தெருவில் நடந்து போய்க் கொண்டிருக்கிறோம். நூறு மீட்டருக்கு அப்பால் அங்கே தெருவில் ரோட்டில் கும்பலாக நிறைய நபர்கள் கூடி நிற்கிறார்கள். அவர்கள் ஏன் அவ்வாறு கூடி நிற்கிறார்கள் என்பது இங்கிருந்து பார்க்கத் தெரியவில்லை.

"ஏன் அவர்கள் அவ்வாறு கூடி, எதைத்தான் பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள் என்பதை அருகில் சென்றுதான் பார்ப்போமே."

-இப்படி நம் மனது கூறுகிறது.

அதோடு நில்லாமல் அதே மனது இன்னுமொன்றையும் கூறுகிறது.

"அதில் கூடியிருப்பவர்களைக் பார்த்தால் ஏதோ விவகாரம் பிடித்தவர்களாகத் தோன்றுகின்றது. அருகே சென்று தேவையற்ற பிரச்சினைகளை இழுத்துப் போட்டுவிடக் கூடாது. பக்கவாட்டில் சென்று அடுத்தத் தெருவழியாக வேறு பாதை வழியாகப் போய் விட வேண்டியதுதான்."

- இப்படி நம் மனது ஒதுங்கி ஓடவும் ஆலோசனை கூறுகிறது.

ஒன்று நாம் கூட்டத்தை நோக்கிச் செல்லவேண்டும். அல்லது விலகிச் செல்லவேண்டும்.

இரண்டில் ஏதாவது ஒன்றைத்தான் தேர்வு செய்தாக வேண்டும். அப்படித் தேர்வு செய்யும் வேலையைப் பார்ப்பதுதான் புத்தியாகும்.

அது மனம் வழங்கிய முதலாவது ஆலோசனையை ஏற்றுக் கும்பலாக இருக்கும்அந்த இடத்துக்குப் போவது என முடிவெடுப்பதாக வைத்துக் கொள்வோம்.

அதற்கு வேண்டிய ஆற்றலை வழங்குவதுதான் சித்தத்தின் வேலை.

கூட்டத்தை நோக்கிச் செல்வதாக இருந்தால் அதற்கு என்ன ஆற்றல் நமக்குத் தேவைப்படும்?

அங்கு செல்ல வேண்டும் என்ற ஆர்வம் நமக்குத் தேவைப்படும்.

அந்த ஆர்வத்தை வழங்குவதுதான் சித்தமாகும்.

நமது புத்தி நம் மனது வழங்கிய முதலாவது ஆலோசனையை ஏற்றுக்கொண்டதன் விளைவாக ஆர்வம் என்னும் ஆற்றலை நமது சித்தம் வழங்குகிறது.

ஒருவேளை நமது புத்தி, நம் மனது வழங்கிய இரண்டாவது ஆலோசனையை ஏற்றுக் கொள்வதாக வைத்துக் கொள்வோம். இப்போது நம் சித்தம் எவ்வாறு செயல்படும்?

இரண்டாவது ஆலோசனை என்ன?

அந்தக் கும்பலைப் புறக்கணித்துத் தப்பி ஓடிவிட வேண்டும். இதுதான் இரண்டாவது ஆலோசனை.

என்ன ஆற்றல் நம்மிடம் வெளிப்பட்டால் நாம்அங்கிருந்து தப்பி ஓடுவோம்?

பயம் ஏற்பட்டால் பயந்து போய் நாம் அங்கிருந்து தப்பி ஓடிவிடுவோம்.

நமது புத்தி தப்பி ஓடிவிடவேண்டும் என முடிவு செய்தால் அதனை நிறைவேற்றக் காரணமான பய உணர்ச்சியை நம் சித்தம் நமக்கு வழங்கிறது.

இங்கு இரண்டு விதமான உணர்ச்சிகள் நமக்கு ஏற்பட்டுள்ளன.

- பயம் மற்றும் ஆர்வம்.

இந்த இரண்டு உணர்ச்சிகளில் ஆர்வம் என்பது நேர்மறை உணர்ச்சியாகும்.

பயம் என்பது எதிர்மறை உணர்ச்சியாகும்.

இரண்டுமே நமக்குத் தேவைதான். இரண்டுமே நம் செயல்களுக்குப் பயன்படுகின்றன.

தேவையற்ற இடத்திலிருந்து தப்பி ஓட பயம் என்னும் எதிர்மறை உணர்ச்சி Negative Energy தேவைப்படத்தான் செய்கிறது.

ஆனாலும் நமது நரம்பு மண்டலங்களைப் பொறுத்த அளவில் எதிர்மறை உணர்ச்சிகள்யாவும் நரம்பு மண்டலங்களைச் சேதப்படுத்தும் இரசாயனங்களாகவும் செயல்பட்டு விடுகின்றன.

இது ஒருவகையில் நமக்கு ஏற்படும் பாதிப்புதான். ஆனாலுங்கூட புறச்செயல்களைப் பாதுகாப்பாகவும், வெற்றிகரமாகவும் செய்து முடிக்க இத்தகைய பாதிப்புகளையும் நாம் ஏற்றுக் கொள்வதும் அவசியமே.

நமக்கு வந்த வருத்தம், பயம், டென்சன், கோபம் போன்ற எதிர்மறை உணர்ச்சிகளை நாம் நமது செயல்களுக்காக பயன்படுத்திக் கொள்ளலாம். தவறில்லை.

ஆனால் நமது மனதை விட்டு அவை போய்விட வேண்டுமென்று போராட வேண்டுமா?

அது தேவையில்லை.

விட்டுவிட்டால் அவை தாமாக போய்விடும். தாமாகப் போய்விடும் அவற்றைத்தடி கொண்டு தாக்கவேண்டுமா?

மோசமான கூட்டத்தை விட்டு விலக வேண்டும் என முடிவெடுத்ததும் என்ன உணர்ச்சி ஏற்பட்டது?

பயம் என்னும் எதிர்மறை உணர்ச்சிதான் தேவைப்பட்டது. அதுதான் கூட்டத்திலிருந்து நம்மை விலகி ஓட வைத்தது.

பயத்திலிருந்தும் விடுபட வேண்டும் என நாம் விரும்புவோமானால் அதன் பொருளென்ன?

பயத்திலிருந்து நாம் விலகிக் கொள்ள வேண்டும் என்பதுதான் பொருள்.

ஒன்றிலிருந்து நாம் விலகி ஓட வேண்டுமானால் நமக்கு என்ன விதமான உணர்ச்சி தேவைப்படும்?

பயம் என்னும் உணர்ச்சிதான்.

பயம் என்னும் எதிர்மறை உணர்ச்சிதான்

தேவைப்படும்.

எதிர்மறை உணர்ச்சியிலிருந்து தப்பி ஓட எண்ணி மீண்டும் எதிர்மறை உணர்ச்சிகளுக்கே உயிர்கொடுத்து அவற்றை உருவாக்கிவிடுகிறோம்.

பயத்திலிருந்து விடுபட எண்ணுவதன் மூலம் நமது சித்தம் பயத்தையே உருவாக்கிவிடுகிறது.

எதிர்மறை உணர்ச்சிகளான பயம் மற்றும் கோபம் ஆகியவை ஒரு சூழ்நிலையில் ஏற்படும்போது அவை இயற்கைதான் என நமது புத்தி முடிவு செய்தால் என்ன ஆகும்?

நமது சித்தம் அந்நிலையில் என்னவிதமான உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்தும்?

நாம் பிடிக்கவேண்டிய இரயில் நாம் ஸ்டேசனுக்குள் நுழையவும் நகர ஆரம்பிக்கிறது என்று வைத்துக் கொள்வோம். நாம் என்ன செய்வோம்?

இரண்டடி வேகமாகச் சென்று ஏறிக் கொள்ளமாட்டோமா?

இப்படிதான் **எதிர்மறை உணர்ச்சிகளும் இயற்கையானது என நமது புத்தி முடிவு செய்யும்போது அதனை ஏற்றுக் கொள்ளும் ஆற்றலையும் நமது சித்தம் வழங்க ஆரம்பித்து விடுகிறது.**

ஏற்றுக் கொள்வது என்பது நேர்மறை ஆற்றலா அல்லது எதிர்மறை ஆற்றலா?

நாம் நமது அகத்தை ஏற்றுக் கொள்ளும்போது, எதிர்மறையாகச் செயல்பட்டுக் கொண்டிருந்த மனமும் கூட நேர்மறைச் செயலுக்கு மாறிவிடுகின்றது.

மாலத் தீவிலிருந்து அன்பர் ஒருவர் வந்திருந்தார். இந்தியர்தான். அவர் ஒரு விளையாட்டு வீரர். புகைபிடிக்கும் பழக்கம் எதுவும் கிடையாது.

அவர் அவருடைய பிரச்சினையைக் கூறினார். சிகரெட் குடித்தால் புற்றுநோய் ஏற்படும் என்று இந்தியாவிலும் எச்சரிக்கிறார்கள். மாலத்தீவிலும் எச்சரிக்கிறார்கள். ஆனால் அந்த நாட்டில் பயப்படும்படியாக மோசமான படங்களைப் போட்டு எச்சரிப்பார்கள். அதைக் கண்ட எனக்கே பயம் வந்து விட்டது. அடுத்தவர்கள் விடும் புகை நம்மையும் பாதித்து நமக்கும் நோய் வந்து விடுமோ என்று பயந்துவிடுவேன். எனது நண்பர்கள் சிலர் புகைபிடிப்பார்கள். அவர்களிடம் நீங்கள் பயப்படமாட்டீர்களா என்று கேட்டால் சிரிக்கிறார்கள். அவர்கள் புகைபிடிக்கிறார்கள். ஆனாலும் பயப்படவில்லை. நான் புகைபிடிக்கவில்லை. ஆனாலும் நான் பயப்படுகிறேன். இதிலிருந்து எவ்வாறு விடுபடுவது?

இவருக்கு என்ன நேர்ந்துள்ளது?

"புற்று நோய் வந்தாலும் வரலாம்" என்று இவரது புத்தி முடிவெடுக்கிறது. புத்தி இப்படி முடிவெடுத்தால் சித்தம் என்ன செய்யும்? பயத்தைதான் அது வெளிப்படுத்தும்.

இதுபோல் இயற்கை உரம் போட்டு விவசாயம் செய்யும் விவசாயிகள் இன்னுமொரு பீதியைக் கிளப்பி விட்டுவிடுவார்கள்.

"கெமிக்கல் உரம் போட்ட காய்கறிகளும் தானியங்களும் விஷத்தன்மை உடையவை. பூச்சிமருந்து அடித்த காய்களும் பழங்களும் கீரைகளும் விஷத்தன்மை உடையவை."

இப்படி அவர்கள் கூறி விடுவார்கள்.

அவர்களுடைய கூற்று உண்மையானதா அல்லது பொய்யானதா?

அவை பொய்யல்ல உண்மைதான்.

அப்படியானால் எந்த உணவையும் சாப்பிடக் கூடாதா? சாப்பிட்டால் நோய் வந்து விடுமா?

நாமே நமது உணவைச் சமைத்துக் கொள்வோமானால் ஆர்கானிக் பொருட்களாகப் பார்த்து வாங்கிக் கொள்ளலாம்.

ஒருநாள் வெளியில் சாப்பிட வேண்டுமானால் பயந்து கொண்டே சாப்பிட்டால் என்ன ஆகும்?

தேவையற்ற எதிர்மறை உணர்ச்சிகள்தாம் உருவாகிவிடும்.

நமது உடம்பு என்பது சாதாரணமான ஒன்றல்ல. அது அசாதாரணமான ஆற்றலைத் தன்னகத்தே கொண்டுள்ளது.

நமது உடலே தனது ஆற்றலைக் கொண்டு தேவையற்ற நச்சுப் பொருட்களையெல்லாம் நம் உடலிலிருந்து அகற்றிவிடும்.

முடிந்த அளவு தரமான பொருட்களை வழங்கி உடலுக்குக் கொடுக்கும் சுமையை நாம் குறைத்துக் கொண்டால் மட்டும் போதும்.

காரை எடுத்துக் கொண்டு ரோட்டில் போகிறோம். சில வாகனங்கள் தாறுமாறாகத்தான் செல்லும்.

முடிந்த அளவில் நம்மைப் பொறுத்த அளவில் கவனமாக ஒட்டுவதுதான் நமது கடமை.

ஏதாவது வாகனம் நம்மீது மோதி விடுமோ என்று எண்ணுவோமேயானால் நமது சித்தம் எதிர்மறை உணர்ச்சிகளைத்தான் வெளிப்படுத்தும்.

எல்லாவற்றையும் அறியும் ஆற்றல் அறிவுக்குக் கிடையாது. ஆனாலும் அது தன்னுடைய இயலாமையை ஒப்புக் கொள்வதில்லை.

நிச்சயமாகத் தெரியாததையும் நிச்சயமாகத் தெரிந்ததுபோல் முடிவெடுத்துக் குழம்பிக்கொள்ளும் அறியாமை நம் அறிவுக்கு உண்டு.

இந்த அறிவையும் நாம் வென்றாக வேண்டும். அறிவை அறிவு பூர்வமாக வெல்வது என்பது அறிவே தனக்குத் தெரியாததைத் தெரியாது என்று கூறி அமைதியாக இருந்துவிடுவது தான்.

அறிவின் எதிரியைக் கொண்டும் அறிவை வெல்லலாம்.

அறிவின் எதிரி எது?

மூட நம்பிக்கைதான் அறிவின் எதிரி.

எதிர்காலம் அனைத்தும் இறைவன் கட்டுப்பாட்டிலேயே உள்ளது. அவன் அனைத்தையும் பார்த்துக் கொள்வான். தர்மம் - அறம் வலிமையானது. அது அநீதியைக் கட்டுப்பாட்டுக்குக் கொண்டு வந்து விடும். நல்லதை நினைத்து நல்லதையே செய்தால் நல்லதே விளையும்.

- என்ற மூட நம்பிக்கையும் நமது அறிவின் வேகத்தை அடக்கி சமன்செய்கிறது.

தேவையற்ற எதிர்மறை உணர்ச்சிகள் உருவாவதில்லை.



கேள்வி? பதில்...

புதியவர்களுடன் பேசும்போது ஏற்படும் பயத்தையும் பதட்டத்தையும் போக்குவது எவ்வாறு?



கேள்வி : "எனக்கு புதிய நபர்களுடனோ, கூட்டத்திலோ பேசுவதற்கு தயக்கமும் பயமும் இருந்து கொண்டே இருக்கிறது. சகஜமாக பேச முடியவில்லை, எவ்வளவு முயன்றாலும் இதில் தோல்வியே ஏற்படுகிறது. ஐயாவின் புரிதல் இதற்கு உதவுமா?

V.A.P. சரவணன், சேலம். செல் : 99942 05880

பதில் : சிறுவயது முதலே வாய் திக்கி பேசும் ஒருவருக்கு பகவத் ஐயாவின் புரிதல் எவ்வாறு உதவியது என்ற அவரின் சொந்த அனுபவம் அனைவருக்கும் பயன்படும் என்பதால் இங்கே பகிர்கின்றோம்.

இனி அவர்...

"நான் பேசும் போதே திக்கி, திக்கி தடுமாற்றத்துடன் தான் பேசுவேன். எனக்கு சிறுவயது முதல் இந்த பிரச்சினை இருக்கிறது. இப்படி வாய் திக்குவதால் எனக்கு ஏற்பட்ட மனபாதிப்புகளில் இருந்து விடுபடுவதற்கு ஸ்ரீ பகவத் ஐயாவின் புரிதல் எப்படி உதவியது என்பதை உங்களுக்கு தெரிவிக்க விரும்புகிறேன்.

"நான் மூன்றாம் வகுப்பு படிக்கும் வரை மற்ற குழந்தைகளைப் போல சுறுசுறுப்பாகவும் குறும்புத்தனமாகவும் தான் இருந்தேன். மற்றவர்கள் என்னை பாராட்ட வேண்டும், 'இவன் கெட்டிக்காரன்' என்று சொல்லவேண்டும் என்பதற்காகவே என் இயல்பான குறும்புத்தனத்தையும் சுறுசுறுப்பையும் அடக்கிக் கொண்டு அடக்கமானவனாகவும் நல்ல பையனைபோல் நடந்து கொள்வேன். இதனால் மற்றவர்கள் அவர்களது குழந்தைகளோடு ஒப்பிட்டு பார்த்து என்னை பாராட்டுவார்கள். இப்படி அவர்கள் என்னை பாராட்டுவது எனக்கு பெருமையாகவும் மகிழ்ச்சியாகவும் இருக்கும்.

"இப்படி மற்றவர்களிடம் இருந்து பாராட்டு கிடைக்க வேண்டும் என்பதற்காக என் இயல்பு நிலையில் இருந்து என்னை நானே மாற்றிக் கொள்ள முயற்சி செய்வேன். இப்படி சதா என்னுடைய மனதிற்கு எதிராக நான் செயல்படுவதால் என்னுடைய குறும்புத்தனம், சுறுசுறுப்பு என எல்லாம் குறையத் தொடங்கியது. நான் என்னுடைய உண்மை நிலைக்கு எதிராக செயல்படுவதால் எனக்கு பதட்டமும் படபடப்பும் பயமும் ஏற்பட்டு எனக்கு வாய் திக்குவாயாக மாறியது. இப்படியே நான் 12 ஆம் வகுப்புவரை படித்தேன்.

"படிப்பெல்லாம் எனக்கு நன்றாக வந்தது. ஆனாலும் வாய் திக்கி பேசுவதால் காலேஜ் சென்றால் அங்குள்ள பெண்கள் என்னை கேலி செய்து சிரித்து விட்டால், அதனால் எனக்கு அவமானம் ஏற்பட்டுவிடும் என்று பயந்து காலேஜ் சேருவதை தவிர்த்து விட்டேன்.

"எனது தந்தை குவைத்தில் வேலை பார்த்ததால் அங்கேயே எனக்கும் வேலை வாங்கித்தந்தார். அங்கும் அதிகாரிகளிடம் பேசும் போதும் வாய்த்திக்கும். அதனால் எனக்குள் கடுமையாக போராடுவேன். இந்த நிலையில் எனக்கு திருமணம் நடந்தது. எனது மாமனார் வீட்டில் உள்ளவர்களிடம் நான் திக்கி பேசும் போது நான் மிகவும் கஷ்டப்படுவேன். என்னால் வாழ்க்கையில் நிறைவாக வாழ முடியவில்லையே என்று எனக்குள் போராடிக்கொண்டே இருப்பேன். இதனால் எப்போதும் பயம், பதட்டம், படபடப்பு, பாதுகாப்பு இல்லாத தன்மை என எனக்குள் சதா போராட்டம் இருந்து கொண்டே இருந்தது...

"வாய் திக்குவதில் இருந்து விடுபடுவதற்கு மதுரையில் ஒரு ஏழு நாட்கள் சிறப்பு பயிற்சியில் கலந்து கொண்டேன். வெளி உலக தொடர்பே இல்லாமல் எங்களை தங்கவைத்து பேச்சுப்பயிற்சி, மூச்சுப்பயிற்சி எல்லாம் கற்றுக்கொடுத்தார்கள். எப்படி பேச வேண்டும் என்றுக் கூறி தலையை சற்று ஆட்டிக்கொண்டே 'எனக்கு பசிக்கிறது' என்பதையே 'எ ன க் கு ப சி க் கி ற து' என்று வார்த்தைகளுக்கு இடைவெளி விட்டு நிதானமாக பேசுவதற்கு பயிற்சி கொடுக்கப்பட்டது. பயிற்சி மிகவும் அற்புதமாக இருந்தது. பரவச உணர்வும் ஏற்பட்டது. 'நாம் இவ்வளவு காலம் பயந்து பயந்து வாழ்ந்திருக்கிறோம். நமக்கு இப்போது தன்னம்பிக்கை வந்துவிட்டது. நான் நன்றாகி விட்டேன் என்று எண்ணிக்கொண்டேன்...

"இந்த நம்பிக்கையுடன் நடைமுறை வாழ்க்கையை சந்திக்கும் போது எனக்கு ஏற்படும் பயம், கோபம், பதட்டம் மீண்டும் வாய்திக்குதலை ஏற்படுத்தியது. பயிற்சியெல்லாம் எடுத்துக்கொண்டு சரியான பிறகு இப்படி வாய்த்திக்கும்போது முன்பைவிட இப்போது மிகவும் மோசமாகி விட்டது போல் உணர்வேன். இதற்காக மிகவும் கவலைப்படுவேன். கவலையில் இருந்து விடுபட இந்த மனதை அடக்கி என் கட்டுப்பாட்டில் வைக்கவேண்டும் என்று 5, 6 வருடங்களாக மனத்தை எதிர்த்து கடுமையாக போராடிவந்தேன்...

"ஒரு கட்டத்திற்குமேல் என்னுடைய சக்தியெல்லாம் தீர்ந்து போய்விட்டது. என்னுடைய சக்தி தீர்ந்து போவதை எனக்குள் நான் எப்படி பார்ப்பேன் என்றால் 'என்னுடைய வீட்டில் நான் கதவை மூடி உள்ளே இருப்பேன். வீட்டிற்கு வெளியே 100 பேர் கதவை உடைத்துக்கொண்டு உள்ளே வரபார்ப்பார்கள். நான் அந்த கதவை என்னுடைய சக்தியை கொண்டு உடைக்க முடியாதபடி தடுத்துக்கொண்டு இருப்பேன்.' ஒரு கட்டத்தில் என்னுடைய சக்தியெல்லாம் தீர்ந்து போய்விடும். வெளியே இருக்கும் 100 நபர்களும் கதவை உடைத்துக்கொண்டு என்னை தாண்டி வீட்டிற்குள்ளே வருகிறார்கள். அப்படி அவர்கள் கதவை உடைத்துக்கொண்டு போகும்போது நான் செயலற்று சக்தி இல்லாமல் நிற்கதியாக நிற்பேன். என்னைத் தாண்டி எல்லோரும் வீட்டுக்குள் போய்க்கொண்டே இருக்கிறார்கள். இப்படிதான் மனதில் ஏற்படும் எண்ண உணர்வுகளை அடக்கி அடக்கிக் கொண்டே இருக்கும்போது ஒரு காலகட்டத்தில் என்னுடைய அடக்குதலை உடைத்துக்கொண்டு எல்லா எண்ண உணர்வுகளும் கட்டுப்பாட்டையும் மீறி உள்ளே வந்து கொண்டே இருந்தது. எந்த உணர்வையும் என்னால் கட்டுப்படுத்தவே முடியவில்லை. எல்லா உணர்வுகளும் வேகமாக

போய்க்கொண்டே இருந்தது...

"எனக்குள் என்ன நடக்கிறது என்று தெரியவில்லை. எனக்கு பைத்தியம் பிடித்து விட்டதா, ஒன்றும் புரியவில்லை. இப்போது பகவத் ஐயா வழிகாட்டுவதைப்போல் அப்போது எனக்கு யாரும் வழிகாட்டவில்லை. சரியான வழிகாட்டுதல் இல்லாததால் மனநல மருத்துவரிடம் போய் Treatment எடுத்துக்கொண்டேன். அவர்கள் கொடுக்கும் மாத்திரைகள் எண்ணத்தின் வேகத்தை கட்டுப்படுத்தியது. எண்ணத்தை கட்டுப்படுத்தும் வேலையை முன்பு நான் செய்து கொண்டு இருந்தேன். இப்போது மாத்திரை செய்கிறது என்பது புரிந்தது. மாத்திரைகள் எண்ணம் வேகமாக வெளியேறுவதை தடுக்கிறது. மாத்திரையினால் மட்டுமே நான் வாழ்க்கையை வாழ முடிந்தது...

"இதன் பிறகு OSHO வின் புத்தகங்கள் கிடைத்தன. அந்த புத்தகங்கள் அந்த நேரத்தில் எனக்கு என்ன தேவையோ அதையெல்லாம் கொடுத்ததாக தோன்றியது. OSHO வின் தியான முகாமிற்கு போவேன். ஒரு 10 நாட்களுக்கு ஒரே ஆனந்த அனுபவமாக இருக்கும். 'நாம் ஓர் நல்ல நிலையை அடைந்துவிட்டோம் வாழ்க்கையில் எல்லா பிரச்சினையும் தீர்ந்துவிட்டது' என்று நினைப்பேன். வெளி சூழ்நிலையும் மாறிவிட்டது. சக்தி கிடைத்துவிட்டது என்று எண்ணிக்கொண்டேன். மீண்டும் வெளி சூழ்நிலையில் பிரச்சினை ஏற்படும் போது அதுவரை உள்ளே இருந்த அமைதி காணாமல் போய்விடும். இப்படியே தொடர்ந்து மன அமைதி, பரவசம் ஏற்படுவதும் வெளி சூழ்நிலைகளின் பாதிப்பினால் மன அமைதி இழப்பதும் என மாறி மாறி மிகவும் சோர்வாகிவிட்டது...

"இந்த நிலையில் தான் **Hr. Baskar** மூலமாக பகவத் ஐயா பற்றி கேள்விப்படுகிறேன். Youtube ல் பகவத் ஐயாவின் உரைகளை கேட்கிறேன். ஐயாவின் கருத்துகளை நான் வாங்கும் தன்மையில் இருந்ததால் எனக்கு எளிமையாக புரிந்தது. அதன் பிறகு தான் சரவணன் ஐயாவிடம் பேசினேன். 'மாத்திரைகளை விட்டுவிடுங்கள்' என்று கூறினார். **அவர் கூறிய உதாரணம் மாத்திரைகளை விடுவதற்கு எனக்கு மிகவும் உதவியாக இருந்தது. அதாவது "வலிப்பு நோய் உள்ள ஒருவர் எந்த மருத்துவமும் செய்யாமல் உடலின் போக்கில் வலிப்பு முழுமையாக வெளிப்பட அனுமதிப்பது ஒன்றுதான், வலிப்பிலிருந்து விடுபடுவதற்கு சரியான தீர்வு. வலிப்பை அடக்காமல் உடலின் போக்கில் வெளிப்பட விடும்போது வலிப்பு ஏற்படும் காலநேரம் மற்றும் அதன் வீரியம் என அனைத்தும் படிப்படியாக குறைந்து வலிப்பிலிருந்து நாம் விடுபடுவோம்" என்று கூறினார். அவர் கூறியது எனக்கு நல்ல தெளிவைக் கொடுத்தது...**

"இந்த தெளிவுக்குப் பிறகு இனி மாத்திரைகள் எடுக்கக் கூடாது என்று 2 மாதங்கள் கடந்து விட்டேன். ஆனால் ஒவ்வொரு நாளை கடக்கும்போதும் மாத்திரை எடுக்கவில்லையே என்ற பயம் அதிகரித்துக்கொண்டே போனது. காரணம், 'இதற்கு முன்பாக 10 நாட்கள் மாத்திரையை விட்டதினால் ஏற்பட்ட மன பாதிப்பையே என்னால் தாங்கமுடியவில்லை. 2 மாதம் ஆகிறது. என்ன ஆகுமோ' என்று மிகவும் பயப்பட்டேன். மீண்டும் சரவணன் ஐயாவிடம் பேசினேன். அவர் "மாத்திரையை எடுக்காதே. எல்லா எண்ணங்களும் அதன்போக்கில் வெளியேற விட்டுவிடு" என்றார். ஆனால் எனக்கு என்ன தோன்றும் 'என் கஷ்டம் எனக்கு தெரியும். அவருக்கு என்ன தெரியும்' என்று எண்ணுவேன்...

மீண்டும் டாக்டரை பார்க்க வேண்டும் என்று ஒரே பரபரப்பும் பதட்டமும் ஏற்பட்டது. டாக்டரை சந்திக்க 2 மணிநேரம் காக்க வைத்தார்கள். என்னால் தாங்கவே முடியவில்லை. என்னால் முடியவில்லை என்று கூறினேன். உடனே என்னை கவுன்சிலிங் அறைக்கு அழைத்துச் சென்றார்கள்.

அவர்களிடம் என்னுடைய மனதில் உள்ள அத்தனை விஷயங்களையும் படபடவென்று கொட்டித் தீர்த்தேன். என் கஷ்டங்கள் எல்லாம் கொட்டுகிறேன். அதிலேயே என்னுடைய மனத்துன்பம் பாதிக்கு மேலே சரியாகிவிடுகிறது. சரி இன்னும் கொஞ்ச நேரத்தில் மெயின் டாக்டரை சந்திக்கலாம் என்று வெளியே வந்து உட்கார்ந்து பார்க்கிறேன். இந்த **மன கஷ்டம் உண்மையில் மாத்திரை சாப்பிட்டு சரியாகிறதா? மாத்திரை சாப்பிடாமலே சரியாகிறதா? மாத்திரைக்கும் நமது மனக்கஷ்டத்திற்கும் எந்த சம்மந்தமும் இல்லை என்பது தெளிவாக விளங்கிக் கொண்டேன். மாத்திரைகளால் மனக்கஷ்டம் சரியாவது கிடையாது. மாத்திரை மனக்கஷ்டத்தை சரியாக்கியது என்று நாம் நம்புவதினால் ஏற்படும் நம்பிக்கை தான் சரிசெய்கிறது என்பது புரிந்தது.** என்னுடைய மனக்கஷ்டத்தை யாரிடமாவது போய் பகிர்ந்து கொண்டாலே பாதிக்குமேலே சரியாகிவிடுகிறது என்று நன்றாக புரிந்தது. இந்த புரிதலுக்கு பிறகு சரவணன் ஐயாவிடம் பேச வேண்டும் என்று தோன்றும் போது எல்லாம் Whatsapp ல் என்னுடைய மனக்கஷ்டத்தை பேசி அனுப்பிவிடுவேன். அதுவே எனக்கு பாதி கஷ்டத்தை குறைத்துவிடும். எனது கேள்விகளுக்கு பதிலும் கிடைத்துக்கொண்டே இருந்தது.

இந்த நிலையில்தான் **'நான்'** என்ற தன்மை நிரந்தரம் கிடையாது என்பது புரிந்தது. அது ஒவ்வொரு வினாடியும் மாறிக்கொண்டே இருக்கிறது என்பது. இப்பொழுது தான் ஆழமாக புரிந்துகொண்டேன். இந்த **'நான்'** யை பற்றிய புரிதலுக்கு முன்பான **'நான்'** என்று ஒரு தன்மை எனக்குள் எப்போதும் நிரந்தரமாக இருப்பதாக எண்ணிக்கொள்வேன். 'நான் இப்படி செயல்பட வேண்டும். அப்படி செயல்பட வேண்டும்' என்று எனக்குள்ளே போராடிக்கொண்டு மனதை எப்போதும் சரிசெய்து கொண்டும் சமன்படுத்திக் கொண்டும் இருப்பேன். நான் எனக்குள்ளே உட்கார்ந்து கொண்டு எண்ணங்களை வெளியேற்றுவதை ஒரு செயல் செய்வதை போல் செய்து கொண்டே இருப்பேன். இதுவும் தவறு என்பது இப்பொழுது தான் புரிந்தது. நான் என்பது நிரந்திரம் கிடையாது. அங்கு காணப்படும்பொருளும் காண்பவனும் ஒன்றுதான். அது வினாடிக்கு வினாடி மாறிக்கொண்டேதான் இருக்கும் என்பதை இப்பொழுது தான் புரிந்து கொண்டேன்.

இந்த உண்மை புரியாததுதான் இத்தனை கஷ்டத்திற்கும் காரணம் என்பது புரிந்தது. இப்பொழுது அதை பற்றி கண்டு கொள்வதே இல்லை. அந்த ஓட்டம் முடிந்துவிட்டது. அவ்வளவு தான். உள்ளுக்குள்ளே எல்லாமே தானாக ஒடிக்கொண்டே இருக்கிறது. ஒரே மனநிலையை சிக்கி தவித்துக்கொண்டிருந்த எனக்கு இப்போது பல்வேறு மனநிலைகள் தோன்றி மறைந்து கொண்டே இருக்கிறது. எந்த குற்ற உணர்வும் ஏற்படவில்லை. இப்பொழுது அது, அது பாட்டிற்கு இருக்கிறது. நான் நானாகவே இருக்கிறேன். நான் செய்ய வேண்டிய வேலை வெளியில் மட்டும்தான் என்பதை புரிந்து கொண்டேன். இந்த வினாடிவரை இது தான் என் புரிதல்.

இந்த புரிதலுக்கு பிறகு திக்கியே பேசினாலும் முன்புபோல் பயமும் பதட்டமும் ஏற்படுவதில்லை, இதனால் திக்கும் தன்மையும் குறைத்துக்கொண்டே வருகிறது.

ஆசிரியர் பகுதி



K.S. ஜீவமணி
செல் : 97891 65555

அனைவருக்கும் சகப் பயணியின் வணக்கம்.

ஆன்மிகத்தில் அடைய வேண்டிய மிகவும் உயர்வான இடம் ஞானம்.

முழுமையான மனித வாழ்வுக்கு ஞானம் மிகவும் அத்தியாவசியமானது.

ஏனெனில் ஞானம் பெற்றவர்களே விடுதலையோடு வாழ்ந்து வருகிறார்கள். உண்மையில் விடுதலை - முக்தி என்பது நமது மனதின் இயல்பான நிலையே. அதனோடு முரண்பட்டு வாழ்வதாலேயே நாம் அதனை தவறவிட்டு விடுகிறோம். ஞானம் பெற்றவர்களே அகத்தில் முரண்படாமல் இயல்பான விடுதலையோடு முழுமையாக வாழ்ந்து வருகிறார்கள்.

ஞானத்தை பெற பலரும் பல வழிகளில் முயன்றுவருகிறார்கள். தியானத்தின் மூலமும் யோகப் பயிற்சிகளின் மூலமும் ஞானம் பெற முயன்று வருகிறார்கள். அவர்களில் எங்கோ ஒரு சிலர் தனது முயற்சியில் தோல்வியுற்று சரணாகதி அடைந்து விடுதலை பெற்றிருக்கிறார்கள். இவ்வளவு காலம் அடைவதற்கு அரிதாக இருந்த மெய்ஞானம் தற்போது பகவத் ஐயா அவர்களால் புதிய அணுகுமுறையில் புரிதலாக எளிமையாக்கப்பட்டு ஆர்வமுள்ள அனைவரும் ஞானம் பெறும் அளவிற்கு வந்துவிட்டது.

இதனை புதிய அணுகுமுறை என்று சொல்வதை விட சரியான அணுகுமுறை என்று கூறுவதுதான் சரி.

மனதின் இயக்கத்தை அகம், புறம் என்று பிரித்து புரிந்து கொள்வதால் ஞானம் மிகவும் எளிமையாகி விட்டது.

சரணாகதியின் மூலம் விடுதலை பெற்றவர்களில் பலர் “எல்லாம் அவன் செயல்” என்று புறத்திலும் முயற்சியும் செயலும் அற்று சும்மா இருந்துவிடுகிறார்கள்.

ஆனால் அகம்-புறம் என பிரித்து புரிந்து கொள்வதன் மூலம், அகத்தில் சுமையின்றி புறத்தில் திறம்பட செயலாற்றும் வல்லமை பெற்றவர்களாகிவிடுகிறோம். நம் அனைவருக்குமே புறத்தில் பொறுப்புகளும் கடமைகளும் உண்டு. நமது பகுத்தறிவை கொண்டு புறத்தில் செயலாற்ற வேண்டும். ஆனால் இதே பகுத்தறிவு அகத்தில் செயல்பட்டால்தான் அது அறியாமை. இந்த பகுத்தறிவே பிரச்சினையை உருவாக்கிவிடுகிறது. புறத்தில் பலவும் உண்டு. அதனை பகுத்து அறிந்து செயலாற்றுவதே சிறந்த செயலாகவும் அனைவருக்கும் நன்மை பயக்கும் செயலாகவும் அமையும். ஆனால் அகம் அப்படி அல்ல. அது கண்ணாடியை போன்றது. பல தோற்றங்கள் இருக்கலாம். ஆனால் கண்ணாடி ஒன்றுதான். தோற்றங்கள் அனைத்தும் கண்ணாடியில் தெரியும் காட்சியை போன்றுதான். அதுவும் பிரதிபலிப்பு காட்சிதான். அங்கு செயல்படுவதற்கு எதுவும் இல்லை. செயல் தேவையான இடம் புறம் மட்டுமே. உண்மையில் புற உலகமே உண்மையான உலகம். அக உலகம் மாயை. இப்படி அகம், புறம் என பிரிந்து புரிந்து கொள்வதாலேயே புறத்தில் திறம்பட செயலாற்றும் பகுத்தறிவாளனாகவும் அகத்தில் விடுதலையோடு இயங்கும் முக்தனாகவும் வாழும் தகுதிக்கு வந்து விடுகிறோம்.

அகம், புறம் என்று மட்டுமல்லாது ஞானத்தை பல கோணங்களிலும் ஞான முகாம்களில் வழங்கி வருகிறார் ஸ்ரீ பகவத் ஐயா அவர்கள். அந்த வகையில் டிசம்பர் மாதம் 9, 10 ஆம் தேதிகளில் திண்டுகல்லில் ஓர் ஞானமுகாம் சிறப்பாக நடைபெற்றது. இதனை ஏற்பாடு செய்திருந்த திரு. செந்தில் அவர்களுக்கும் அவருடன் இணைந்து செயலாற்றிய அனைவருக்கும் உளமார்ந்த நன்றியையும் பாராட்டுகளை தெரிவித்துக் கொள்கிறோம்.

இந்த ஞானமுகாமில் ஐயாவின் **’ஸ்ரீ பகவத் பாதை’** எனும் புதிய நூல் வெளியிடப்பட்டது. சமுதாய நலனுக்காக எழுதப்பட்ட இந்நூல் அனைவரையும் சென்றடைய வேண்டும் என்பதற்காக பலரின் பங்களிப்பால் பரிசில் விலையில் ரூ.50க்கு வெளியிடப்பட்டுள்ளது. எனவே அனைவரும் வாங்கி பயனடையுமாறு அன்புடன் கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

திண்டுக்கல் ஞானமுகாமை தொடர்ந்து டிசம்பர் மாதம் 30 & 31 ஆம் தேதிகளில் சேலம் ஸ்ரீ பகவத் பவனில் இரண்டு நாள் ஞானமுகாம் மிகச் சிறப்பாக நடைபெற்றது. இதில் 150 அன்பர்கள் கலந்து கொண்டு பயனடைந்தனர். இந்த ஞானமுகாமில் ஸ்ரீ பகவத் ஐயாவின் ஞான வாசகங்கள் உள்ள 2018 ஆம் ஆண்டின் **புதிய காலண்டர்** வெளியிடப்பட்டது. தேவைப்படுவோர் வாங்கி பயன்பெறுவதோடு நண்பர்களுக்கும் அன்பளிப்பாக அளித்து அவர்களுக்கும் அறிமுகப்படுத்துமாறு அன்புடன் கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

ஸ்ரீ பகவத் பவன் புரவலர்கள்

அன்பு உள்ளங்களுக்கு ஓர் அன்பான வேண்டுகோள்.

ஸ்ரீ பகவத் மிஷன் என்பது பணப்புழக்கம் மிகுந்த ஒரு கார்ப்பரேட் நிறுவனம் அல்ல. கட்டணம் வாங்கிக் கொள்ளும் கல்வி நிறுவனமும் அல்ல. ஐயா அவர்களுக்கு தங்கியிருக்க வீடு ஒன்று தேவைப்பட்டது. நம் அனைவரது ஒத்துழைப்பாலும் **ஸ்ரீ பகவத் பவன்** உருவானது. தற்போது அந்த இல்லம் ஐயாவின் இருப்பிடமாகவும், கற்றிட வருவோரின் குருகுலமாகவும், நம் அனைவரது பண்ணைவீடாகவும் செயல்பட்டு வருகிறது. ஸ்ரீ பகவத் பவனின் நித்திய நிர்வாகச் செலவினங்களுக்கான நித்திய நிதி ஒன்றும் தேவைப்படுகிறது.

'நிரந்தர வைப்பு நிதி எதனையும் தற்போது உருவாக்க வேண்டாம்' என்று ஐயா கூறிவிட்டதால் நிரந்தரப் புரவலர் குழு ஒன்றை உருவாக்க முடிவு செய்துள்ளோம். முதற்கட்டமாக 100 ஆர்வலர்கள் கொண்ட புரவலர் குழு ஒன்று மே மாதம் முதல் தொடங்கப்பட்டுள்ளது. அதன்படி ரூ. 1000/- முதல் ஏதாவது ஒரு தொகையை மாதந்தோறும் அல்லது ரூ. 12,000/- முதல் ஏதாவது ஒரு தொகையை வருடந்தோறும் வழங்கும் ஆர்வம் உள்ளவர்கள் தங்களை ஸ்ரீ பகவத்பவனின் புரவலர்களாக இணைத்துக் கொள்ளலாம். **அதற்காக ஏற்றுக்கொண்ட முழுத்தொகையையும் மாதந்தோறும் வழங்கியே ஆகவேண்டும் என்ற நிபந்தனை எதுவும் புரவலர்களுக்குக் கிடையாது.**

நமது வேண்டுகோளை ஏற்று புரவலர்களாக இணைந்தவர்கள் :

1. திரு. **சரவணன்,** புரசைவாக்கம், சென்னை.
2. திரு. **விரன்சுப்பு** (எ) **இராஜேஷ்.** புதுக்கோட்டை.
3. திரு. **கணேஷ்,** கோவை
4. திருமதி **முத்துலட்சுமி சரவணன்,** சென்னை
5. திரு. **இரகு,** கிருஷ்ணகிரி
6. திரு. **அஃகு ஹீலர் உமர் ஃபாரூக்,** கம்பம்
7. திரு. **சேகர்,** கத்தார்
8. திரு. **குணாலன்,** கோவை
9. திரு. **சம்பத்,** சென்னை
10. திரு. **வெங்கட்ராமன்,** சென்னை
11. திரு. **இராஜகோபால்,** பரமத்தி வேலூர்
12. திரு. **பாலசுப்ரமணி,** பரமத்திவேலூர்
13. திரு. **பாரதிராஜா,** பரமத்திவேலூர்
14. திரு. **பாபுலால்,** பெங்களூர்
15. திரு. **முரளி,** சென்னை
16. திரு. **வீரப்பன்,** நெல்லை
17. திரு. **அருணாச்சாலம்,** நெல்லை
18. திருமதி **நிருபமா ஸ்ரீநாத்,** சென்னை
19. திருமதி **வழவம்மாள்,** சென்னை
20. திரு. **ஹீலர் சுரேஷ்,** சென்னை
21. திரு. **ஹரி கிருஷ்ணன்,** சென்னை
22. திரு. **ஸ்ரீபகவத்மிஷன்,** வெஸ்ட்மாம்பலம் சத்சங்கம்
23. திரு. **கார்த்திக்,** போரூர், சென்னை
24. திரு. **ஆனந்த் V. ராயன்,** திருச்செந்தூர்
25. திரு. **யுகேஷ்குமார்,** சென்னை
26. திரு. **P. சௌந்தரராஜன்,** சென்னை
27. திரு. **D. சந்திரசேகர்,** சென்னை
28. திரு. **நந்தகோபால் நாராயணன்** USA
29. திரு. **பாபு,** காட்பாடி, வேலூர்
30. திரு. **K. முருகானந்தன்,** திருப்பூர்
31. திரு. **P.R. குமார்,** எர்ணாகுளம்
32. திருமதி **மாலா மங்களேஸ்வரன்,** லண்டன்
33. திரு. **செந்தில் ஜெயபாலன்,** பெங்களூரு
34. திரு. **Javis Arul jeraid Arul Samy,** Dubai
35. திரு. **பாண்டிபரமசிவம்,** சென்னை
36. திரு. **T.M.K. தியாகராஜன்,** சென்னை
37. திரு. **A. ராஜமாணிக்கம்** (MRS Yarns) சேலம்
38. திரு. **இரவிச்சந்திரன்,** வெஸ்ட்மாம்பலம், சென்னை
39. திரு. **பாலமுருகன்,** USA
40. திருமதி **சுரபி,** டெல்லி
41. திரு. **முருகவேல்,** சென்னை
42. திரு. **சதானந்தம்,** திருச்செங்கோடு
43. திருமதி **சாந்தி,** கோவை
44. திருமதி **சாந்தி,** நாகப்பட்டணம்
45. திருமதி **அக்கு ஹீலர். ஜிஸி டார்வின்,** சென்னை

புரவலர்களாக தங்களை இணைத்துக்கொண்ட அனைவருக்கும் ஸ்ரீபகவத் மிஷன் சார்பில் உளமார்ந்த நன்றியையும் பாராட்டுகளையும் தெரிவித்துக்கொள்கிறோம். வாய்ப்புள்ளவர்கள் புரவலர்களாக இணைந்து உதவிட வேண்டுகிறோம்.

வங்கிக் கணக்கில் நேரடியாக செலுத்துபவர்கள் **HDFC Bank Sri Bagavath Mission A/c No. 15907620000075, NEFT IFSC : HDFC 0001590 Car Street Branch, Salem** என்ற கணக்கில் செலுத்தலாம். **Bank A/c-** ல் நேரடியாக செலுத்தியவர்கள் தகவலை **97891 65555** என்ற எண்ணிற்கு தெரிவிக்க வேண்டுகிறோம்.

நிகழ்ச்சி நிழல்கள்



ஸ்ரீ பகவத் ஐயாவுடன் சேலம் ஞானமுகாமில் கலந்து கொண்ட அன்பர்கள்



சேலம் ஞானமுகாமில்



திண்டுக்கல் ஞான முகாமில்



பகவத் ஐயாவுடன் அவரது நண்பர் சிற்றம்பலம் ஐயாவும் அவரது குடும்பத்தினரும் மற்றும் நமது அன்பர்கள்



புத்தாண்டு நிகழ்வின் போது



ஸ்ரீ பகவத் ஐயாவும் அவரது கல்லூரி பேராசிரியர் திரு. மா.பா. குருசாமி அவர்களும்





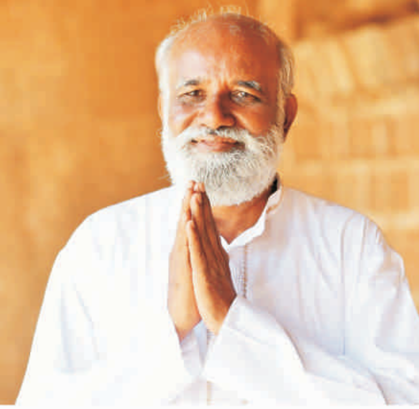




ஸ்ரீ பகவத் பாதை நூல் வெளியீட்டின் போது

ஸ்ரீ பகவத் மிஷன் குடும்ப உறுப்பினர்கள் அனைவருக்கும் வணக்கம்.

நமது **பகவத் பவனில்** நடைபெற்ற இரண்டு நாள் ஞான முகாமில் **2018** ஆம் ஆண்டிற்கான **புதிய மாத காலண்டர்** வெளியிடப்பட்டுள்ளது. ஸ்ரீ பகவத் ஐயா அவர்களின் வண்ணப் படத்துடன் ஞானத் தெளிவு தரும் வாசகங்களையும் இணைத்து அனைவரும் பயன்பெறும் வகையில் வெளியிட்டுள்ளோம். விலை ரூ. **100/-** (கூரியர் செலவு உட்பட) அனைவரும் வாங்கி பயன்பெறுமாறு அன்புடன் கேட்டுக்கொள்கிறோம்.



தியானத்தை விட்டுவிட வேண்டும் என்பது நோக்கமல்ல; அடைவதற்கு எதுவும் இல்லை என்பதை நாம் கண்டுபிடிக்க வேண்டும். அதுவே தெளிவு.

January 2018

அரசினர் விடுமுறை

"20. Sri Bagavath Bhavan Opening day"

S	M	T	W	Th	F	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Sri Bagavath Mission

Head office :31, Ramalingasamy Street, Ammapet, Salem - 636 003, Tamilnadu, INDIA.
Mobile : +91 99942 05880, 94432 90559, 97891 65555. Email : sribagavathmission@gmail.com
www.pravaagam.org, www.sribagavath.org

ஸ்ரீ பகவத் ஐயா அவர்களின் புதிய நூல்
ஸ்ரீ பகவத் பாதை

இப்புதிய நூல் திண்டுக்கலில் நடைபெற்ற ஞான முகாமில் வெளியிடப்பட்டுள்ளது.

அக விடுதலைக்காகப் பல நூல்களை எழுதிய ஸ்ரீபகவத் ஐயா அவர்கள் புற ஒழுங்குக்காகவும் சமுதாய நலனுக்காகவும் எழுதிய நூல்தான் **ஸ்ரீபகவத் பாதை** எனும் இந்தப் புதிய நூல்.

சமுதாய அவலங்களைப் படம் பிடித்துக் காட்டும் இந்நூல், அவற்றுக்கான தீர்வையும் வழங்குகிறது. **பரிசில் விலை ரூபாய் 50/– மட்டும்.** அனைவரும் வாங்கி பயன்பெறுமாறு அன்புடன் கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

ஸ்ரீ பகவத் பவன்

ஸ்ரீ பகவத் மிஷன் குடும்ப உறுப்பினர்கள் அனைவருக்கும் வணக்கம்.

நமது ஸ்ரீ பகவத் பவனின் ஒவ்வொரு மாதமும் ஞான முகாம் கட்டணமின்றி இலவசமாக நடந்து வருகிறது. அந்த வகையில் டிசம்பர் 30 மற்றும் 31 ஆம் தேதிகளில் நமது ஸ்ரீ பகவத் பவனில் இரண்டு நாள் ஞானமுகாம் மிகச் சிறப்பாக நடைபெற்றது. இதில் 150 அன்பர்கள் கலந்து கொண்டனர். இதில் அக்கு ஹீலர்கள் பலர் கலந்து கொண்டனர். ஸ்ரீ பகவத் பவனில் இடம் பற்றாக்குறையால் அருகில் இருக்கும் சமையல் கூடத்தை ஒட்டி அமைந்திருக்கும் அனைவரும் அமர்ந்து சாப்பிடும் ஹாலில் அன்பர்கள் தங்கும் அளவிற்கு வந்துவிட்டது. ஞானமுகாம்களில் கலந்து கொள்பவர்கள் எண்ணிக்கை அதிகரித்து வருவதாலும், மற்ற நேரங்களில் ஐயாவை சந்திக்க வருபவர்களின் எண்ணிக்கையும் அதிகரிப்பதாலும் நாம் மேலும் பல செலவுகளை எதிர்கொள்ள வேண்டியுள்ளது.

நாம் எதிர்கொள்ளும் செலவுகளை ஸ்ரீ பகவத் மிஷனுக்கு வரும் நன்கொடைகளையும் நிறுவனர்கள் மற்றும் புரவலர்களின் பங்களிப்பையும் கொண்டு மட்டுமே எதிர்கொண்டு வருகிறோம். அந்த வகையில் ரூபாய் 25,000/- வழங்கி ஸ்ரீ பகவத் பவனின் நிறுவனராக தங்களை இணைத்துக்கொண்ட அக்குஹீலர் திரு. **டார்வின் ராஜ்,** சென்னை, திரு. **சிவக்குமார்,** ஆத்தூர், திரு. அக்கு ஹீலர். **பொன்ராஜ்,** மதுரை அவர்களுக்கு உளமார்ந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொள்கிறோம். பகவத் ஐயாவின் கருத்துகளை புரிந்து கொண்டவர்களும் அனைவருக்கும் எடுத்துச் செல்ல வேண்டும் என்ற ஆர்வமுள்ளவர்களும் வாய்ப்புள்ளவர்களாக இருக்கும் பட்சத்தில் நன்கொடைகளை வழங்கி நிறுவனர்களாகவும், புறவலர்களாகவும் இணைந்து ஸ்ரீ பகவத் மிஷனின் தொண்டில் தங்களையும் இணைத்துக் கொள்ளுமாறு பணிவன்புடன் கேட்டுக்கொள்கிறோம்.

அன்புடன்
Sri Bagavath Mission





பிரச்சினை பிரச்சினையே அல்ல"

ஜென் கதை



ஒரு நடுத்தர வயது குடும்பஸ்தன் இருந்தான். அவனுக்கு வாழ்க்கையில் பல பிரச்சினைகள் இருந்தன. இவன் மிகவும் பயந்த சுபாவம் கொண்டவன். சிறு பூச்சிகளையும் விலங்குகளையும் கண்டாலே பயந்து நடுங்குவான். பல்லி என்றால் பத்தடி தூரம் தள்ளி நிற்பான். தன்னுடைய எதிர்காலத்தைப் பற்றிய பயமும் கவலையும் அவனை வாட்டி வதைத்தது.

தன்னுடைய பிரச்சினைக்கு தீர்வு காண ஒரு ஜென்குருவை சந்தித்தான். இவர் ஒரு வித்தியாசமான ஜென்குரு. விலங்குகள், பறவைகளின் பாஷை தெரிந்தவர். அவைகளோடு நட்புறவோடு பழகக் கூடியவர்.

இவரிடம் சென்று தன்னுடைய பிரச்சினையை எடுத்துக்கூறி "தனக்கு தீர்வு கிடைக்குமா?" எனக் கேட்டான் குடும்பஸ்தன்.

ஜென்குரு, "என்னுடன் இரண்டு நாட்கள் தங்கு. உன் பிரச்சினையை தீர்த்து வைக்கிறேன்" என்றான்.

"சரி" என்று ஒப்புக் கொண்டான் குடும்பஸ்தன். ஜென்குருவைக் காண வெகு தொலைவில் இருந்து பயணித்து இரவு வந்து சேர்ந்ததால் அவன் மிகவும் களைத்துப் போயிருந்தான். அவன் களைப்பை அறிந்த ஜென்குரு, "நீ மிகவும் களைத்துப் போயிருக்கிறாய். காலையில் பேசிக்கொள்ளலாம் என்னுடைய படுக்கை அறையில் படுத்து உறங்கு, இது என்னுடைய விசேஷ படுக்கை அறை. எல்லா வசதிகளும் உள்ளன. நிம்மதியாக உறங்கு நாளை காலை சந்திக்கலாம்" என்று கூறி சென்று விட்டார்.

குடும்பஸ்தனும் படுக்கைக்கு சென்று விட்டான். ஜென்குரு கூறியது போலவே படுக்கை அறை மிகவும் வசதியாக இருந்தது. படுக்கை மெத்தையும் மிகவும் மிருதுவாக இருந்தது. தலையணையும் அவன் தலையை வருடி கொடுப்பது போல் இருந்தது. ஜென்குருவின் படுக்கை அறை உண்மையிலேயே விசேசமான படுக்கை அறைதான் என்று தோன்றியது. மிகவும் களைப்படைந்திருந்த அவனுக்கு அந்த படுக்கையில் படுத்திருப்பது மிகவும் சுகமாக இருந்தது. அனைத்து பிரச்சினைகளையும் கவலைகளையும் மறந்து நிம்மதியாக உறங்கினான்.

அதிகாலையில் ஜென்குரு படுக்கை அறையின் கதவை தட்டினார். குடும்பஸ்தனும் கண் விழித்து கதவை திறந்தான். கதவை திறந்ததுதான் தாமதம், ஜென்குரு உடனே வேகமாக உள்ளே சென்று "நேற்று அவசரத்தில் ஒரு விசயத்தை மறந்து விட்டேன்" என்று கூறிக்கொண்டே அவன் படுத்திருந்த தலையணைக்குள் இருந்து ஒரு பெரிய பாம்பை வெளியே எடுத்தார். அவன் அதிர்ச்சியில் உறைந்து போய்விட்டான்.

அன்று இரவு வந்தது. குடும்பஸ்தன் படுக்கைக்கு செல்லும் முன் குருவிடம் "குருவே இன்னும் ஏதாவது படுக்கை அறையில் இருக்கின்றதா? இருந்தால் தயவுசெய்து எடுத்து விடுங்கள்" என்றான்.

ஜென்குரு, "இல்லையப்பா எதுவும் இல்லை. நீ நன்றாக உறங்கு" என்று கூறி விட்டு சென்று விட்டார்.

இருப்பினும் குடும்பஸ்தன் படுக்கை அறை முழுவதையும், படுக்கையையும் தட்டி பார்த்து பரிசோதித்து விட்டு படுக்கையில் படுத்தான். எவ்வளவுதான் பரிசோதித்துப் பார்த்துவிட்டு படுத்தபோதும் சிறு அசைவும் காற்றின் சப்தமும் சிறு சலனமும் கூட பாம்பாக இருக்குமோ என்று பயப்பட்டான் அவன். இதனால் அன்று இரவு முழுவதும் அவன் உறங்கவேயில்லை.

பாம்பு இருக்குமோ என்ற பயமும் அவனை விட்டு விலகவேயில்லை. காலையில் ஜென்குரு அவனை சந்தித்துக் கேட்டார். "என்னப்பா கண்கள் இரண்டும் தூக்கம் இல்லாதது போல் சோர்வுடன் இருக்கின்றன. ஏன் சரியாக தூங்கவில்லையா?"

குடும்பஸ்தன், "இரவு முழுவதும் பாம்பை பற்றிய பயத்துடன்தானே இருந்தேன். எங்கே தூக்கம் வந்தது. இரவு முழுவதும் பயமாகத்தான் இருந்தது" என்றான்.

குரு, "உண்மையான பிரச்சினை, பாம்பு தலையணையில் இருந்தபோதுதான். ஆனால் அப்போது நீ நன்றாக உறங்கி விட்டாய். நேற்று இரவு பாம்பு உள்ளே இல்லை. உண்மையில் எந்தப் பிரச்சினையும் இல்லை. ஆனால் நீ பயத்துடன் உறங்க முடியாமல் தவித்திருக்கிறாய். அப்படித்தானே" என்றார்.

குடும்பஸ்தன், "ஆமாம் குருவே, அது ஏன்?" என்றான்.

குரு, "உண்மையில் பிரச்சினை பிரச்சினையே அல்ல. பிரச்சினையை பற்றிய நினைவுதான் பிரச்சினையை கொண்டு வருகிறது" என்றார்.

குடும்பஸ்தன் பிரச்சினைக்கும் பிரச்சினையைப் பற்றிய நினைப்புக்கும் உள்ள வேறுபாட்டை புரிந்து கொண்டான்.

"பிரச்சினை பிரச்சினையே அல்ல. பிரச்சினையைப் பற்றிய நினைப்பே பிரச்சினை".

Registration Number of the Registered News Paper TNTAM/2014/57698 Postel Registration Number : TN/WR/SL(E)/22/2018-2020 Posted at Salem HOP 636001. On 10th of every month.

Published by Shri. V. A. P. Sharavanan on behalf of the Sri Bagavath Mission, 31, Ramalingasamy Street, Ammapet, Salem-636 003. Tamilnadu, India.
Printed by Shri. R. Jayavel at Sree Jayavel Press, 08/11, Gandhi Maidanam, Ammapettai, Salem-636 003.
Editor : Shri. K. S. Jeevamani, Cell : 97891-65555